

400mL 献血ご協力ください

日 時 9月19日(土)
受付時間 13:30~16:00
場 所 堤公民館(堤校区・堤丘校区共同開催)



400mL 献血のご協力いただける方

◆年齢:【男性】17~69歳 【女性】18~69歳

※65歳以上の方は、60~64歳の間に

献血経験がある方に限ります。

◆体重: 男女ともに 50kg 以上



堤丘校区献血推進協力会

食進会の料理教室

～低栄養予防の食事～

日 時 9月28日(月) 10:00~12:00

場 所 堤丘公民館

定 員 15名

材料費 600円



※エプロン
三角巾を
ご持参ください

堤丘校区食生活改善推進員協議会

さわやかウォーキングの会

日 時 9月7日(月) 9:00~9:30

場 所 堤丘公民館

9月は厳しい暑さが続きますので
公民館で体操などを行います。

暑くなりますので、水筒・タオルを
忘れずにご持参ください。



堤丘校区環境衛生連合会/さわやかウォーキングの会

堤丘校区健康講座 歩いて伸ばそう!健康寿命

日 時 10月5日(月) 10:00~12:00

集合場所 堤丘公民館

講 師 健康づくりサポートセンター

健康運動士

目 的 地 三尾池公園 現地解散

申し込み 9/1(火)~10/3(土)

堤丘公民館 ☎092-861-4821

【先着】35名

健康運動士と
一緒に歩こう!!



★ウォーキングコース★

堤丘公民館出発

⇒片江阿蘇神社で休憩

⇒三尾池公園で体操して解散

【注意事項】

・飲み物、タオルをご持参の上運動できる服装、シューズで
ご参加ください。

・雨天時は堤丘公民館で室内運動を実施します。

飲み物・室内シューズを持参ください。

主催:堤丘校区環境衛生連合会・さわやかウォーキングの会
城南区地域保健福祉課

第45回城南区壮年ソフトボール大会

日 時 9月6日(日)

場 所 博多工業高校グラウンド

熱戦ご期待ください!
応援よろしくお願いします♪

堤丘校区体育振興会

三世代交流 e スポーツ大会

日 時 9月27日(日) 10:00~12:00

場 所 堤丘公民館 講堂

申し込み 9月1日(火)~☎092-861-4821

対 象 大人(シニア含む)18名

小・中学生 18名

今年も公民館と共催で
e スポーツ大会を開催します。

異世代がペアを組み、

e スポーツゲームにチャレンジ!!

初めての方でも操作は簡単です!

参加お待ちしております♪



堤丘校区社会福祉協議会



今月のすこやか広場

9月の開催日 7日・14日・28日

時 間 10:30~12:30

場 所 堤丘公民館 講堂



「すこやか広場」で子ども達は思いきり遊び、
子育て中の保護者の情報交換の場です。

※14日には仁愛保育園の先生が来られます。

親子で楽しい工作やリズム運動楽しい体操もあります。

たくさんの方の参加待ってます♪

【10月の予定】

10月は5日・19日・26日に
開催を予定しています。

堤丘校区社会福祉協議会

子育てサロン



オンデマンド交通「チョイソコふくおか」運行準備中！

予約型乗合いサービス「チョイソコふくおか」は、秋頃(10 月中)からの
運行開始に向けて準備中です！

チョイソコふくおかとは、事前に乗車を申し込み、自宅近くの停留所から目的地近くの停留所まで、他の利用者と乗り合いながら移動するサービス※1です。

西長住・堤・堤丘校区などを運行予定で、利用には事前に会員登録(無料)が必要です。
併せて配布している申込書にて、まずは会員登録※2を！

※1 利用方法や設置予定の停留所などの詳細は、併せて配布している資料をご確認ください。

※2 インターネットでも会員登録申込みが可能です。

運行内容

【運行時間】 平日 8:00～18:00 (土日祝・年末年始を除く)

【運賃】 300 円/回・人

(障がい者・障がい者の介護者1名・小学生は半額。小学生未満は無料)

【乗車申込方法】 電話、インターネット

【乗車受付時間】 電話：8:00～17:30、インターネット：24 時間

(乗車希望日時の1週間前～20 分前まで予約受付可能)



会員登録などのお問い合わせは
チョイソコセンター まで
050-2018-7015



チョイソコふくおか
ホームページ



〈運行車両イメージ〉

※乗車申し込みは運行開始の1週間前からの受付となります。運行開始日は
今後の自治協だより・公民館だより等でお知らせします。

城南区親善ママさんバレーボール大会に出場しました！

8 月2日に開催された大会では、校区の代表者で
結成した T.GAOKA チームは3位になりました。
応援ありがとうございました。



長尾中コラボ人権学習会

人権学習(DVD 視聴と講演会)と長尾中学校吹奏楽部の演奏会の二部構成
で開催されました。10月には各町自治会で町別人権学習会をします。
実施日は自治協だよりでお知らせします。

知っていますか？結核のこと

9 月 24 日～30 日は結核予防週間です。結核は過去の病気と思われがち
ですが、今も国内で発生している感染症です。結核について正しく知ること
で、早期発見・早期治療につながります！

結核はどんな病気？

- ✓ 発病した人の咳やくしゃみで飛び散った菌を
吸い込むことで感染(空気感染)
- ✓ 日本では1 年間に **1 万人以上**が発症している。
- ✓ 結核患者の **40%以上**が **80 歳以上の高齢者**
- ✓ 肺などの呼吸器で炎症が起こり、咳や微熱、
身体の怠さなどの症状が **2 週間以上**つづく



・感染しても免疫力があれば、症状がでるのを防ぐことができます。
・発病したら複数種類の薬を 6～9 か月毎日きちんと飲むことで治ります！

早期発見・予防が重要！

① 早期発見

症状が 2 週間続く場合は
医療機関を受診しまし
よう。無症状でも、年に1度
定期健診を受けてチェック
しましょう！
(65 歳以上の方は
市が実施する結核・
肺がん検診が無料です。)



② 菌に負けない 身体づくり

適度な運動、十分な睡眠、
バランスの良い食事を
心がけ、**免疫力を高める**
ことが重要です！



③ ワクチン接種

抵抗力の弱い乳児は **BCG
ワクチン** を接種することで
感染予防につながります。
(生後 1 歳までは無料
です)



結核の予防には日ごろから健康的な生活を送ることが
大切です。気になる症状がある時は早めに受診し、
結核の予防と早期発見を心がけましょう。

